

保護者の皆様へ スマホやゲーム機を持たせる場合は 家庭の話し合いとフィルタリングで安全なネット環境を!

ネット安全利用啓発リーフレット
(中学生・高校生用)

ネットや、スマホの使い方
家族で話し合って、
ルールを決めておこう。

大人のみなさん、
周りの子どもたちがネットで
困っていませんか?
よく見て、知ろうとしてください。

フィルタリングはあたりまえ!
使い方に合わせて設定すると
より有効だよ。

インターネットで キズつけない! キズつかない!

その写真、その動画は大丈夫?
誰かに見せたい! その気持ち、
UPの前で、ちよつと待って!

だれかをキズつけて心を満たす、
ネットいじめ、絶対にだめ!

いつの間にか住所や
名前が...!
自分で守ろう、個人情報。

楽しいはずのインターネットで、思わぬトラブル!
タップする前に、クリックする前に「ちよつと待って!」
ルールを守って楽しく安全にネットしましょう!

インターネットに接続できるスマホなどの携帯端末(ゲーム機、音楽プレーヤー等も含む)は、使い方を間違えると、気づかないうちに子どもが危険に巻き込まれたり、他人の心を傷つけたりするなど、被害者にも、加害者にもなる可能性があります。また、前頭葉機能の発達段階である小・中学生では、スマホ・ネット依存が脳機能の発達を妨げる可能性も指摘されています。

お子さんにスマホやゲーム機を持たせる場合は保護者として責任が伴います。携帯端末の使用について、保護者が手本となることが大切です。

家庭で話し合い、安全に使える環境を整えましょう

まずは、子どもたちが「どのようにインターネットを利用しているか知ること」が重要です。わからないことがあれば、興味をもってお子さんに尋ねたり、以下について話し合ったりしてみましょう。

- ・ネットいじめをしないためにどうするかについて
- ・スマホ等を持っていないと困る時、使わなくてもよい時について
- ・ゲーム課金やネットショッピングの可否や上限について
- ・周囲への迷惑となる行為について
- ・友人の家等にもルールがあることについて
- ・どんな時に保護者に相談するべきかについて
- ・ルールを守れなかった場合はどうするかについて



青森県警察少年女性安全課は、オリジナルソングにのせ、小中学生や高校生、保護者にインターネットの安全な利用を喚起する動画「STOP! ネットトラブル」を県警Webサイトで公開しています。

https://www.police.pref.aomori.jp/seianbu/syounen/net_douga.html



フィルタリングを活用しましょう

「青少年インターネット環境整備法」により、保護者は携帯電話等の契約時に18歳未満の者の利用を携帯電話会社に申し出る義務があります。さらに、フィルタリングの設定も重要ですが、設定したから安心というわけではありません。フィルタリングにもブラウザ型とアプリ型等の種類や効果を発揮する条件があるため、保護者が知識や情報を得ることが大切です。

具体的には、スマホでは
①携帯電話回線による接続、②無線LAN回線による接続
③アプリによる接続
に対応するフィルタリングが必要です。

詳しくは携帯電話販売店に確認してください。また、どんなサイトにアクセスしているかなど、保護者が子どもの使用状況を把握する必要があります。

平成29年に実施された全国調査によると、コミュニティサイトがきっかけで**犯罪被害に遭った子どもについて、ネット接続手段の87.7%がスマートフォン、そのうち91.6%がフィルタリングを利用していません**でした。

【青森県内でのサイト介在の福祉犯の状況】※単位：人

学識別	合計	小学生		中学生		高校生		有職少年		無職少年			
		女	男	女	男	女	男	女	男	女	男		
平成30年中	合計	20	17	0	0	4	3	15	13	1	1	0	0
	出会い系	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	その他ウェブサイト	20	17	0	0	4	3	15	13	1	1	0	0
平成29年中	合計	21	19	0	0	7	6	12	12	1	1	1	0
	出会い系	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	その他ウェブサイト	21	19	0	0	7	6	12	12	1	1	1	0

〈中学生・高校生女子が多く被害に遭っています!〉

相談・通報窓口

お家や学校のことで困ったら、一人で悩まずに相談してね!

インターネットのトラブルなどの相談
ヤングテレホン(青森県警察本部少年女性安全課)
0120-58-7867 ※8:30~17:15 (土、日、祝日、年末年始を除く)

全国共通の消費生活に関する電話相談ダイヤル
消費者ホットライン
いやや! 188 ※お近くの消費生活センターにつながります。(年末年始を除く)

ネット依存の相談
青森県医師会子どものネット依存(健康被害)相談窓口 「相談専用電話」017-757-9888
※月~金 13:00~16:00(祭日は除く) 相談対象 青森県内に在住する児童・生徒(小中学生、高校生)及び保護者、青森県内の教育関係者

ネット上のいじめや有害情報を発見したら
ネットいじめ等に関する情報提供・相談窓口(青森県教育庁)
<https://www.pref.aomori.lg.jp/bunka/education/mimamori.html>

ネット上の犯罪行為を発見した・犯罪に巻き込まれたら
県警察本部 警察安全相談室(青森県警察本部警察相談室)
017-735-9110 または #9110

子どもの人権問題に関する相談
みんなの人権110番 子どもの人権110番(法務局)
0570-003-110 0120-007-110
※8:30~17:15(土、日、祝日、年末年始を除く)

ネットいじめ、絶対にしない

SNSなどを使い、言葉の暴力で友達や周囲の人を追い込んだり、グループから特定の友達を仲間はずれにしたりする「外し」のことを「ネットいじめ」と言います。「勝手に人の個人情報を書き込む」、「うわさ話を書き込む」、「なりすまして投稿する」ことも同様です。

特定の相手への悪口や中傷等を書き込むことは犯罪となる場合がある。
ネット上での文字だけのやりとりは、ときに誤解や行き違いを引き起こすことがあります。「悪気はなかった」「ちよつとした冗談だった」「軽くふざけただけ」自分ではそう思っている、相手の心を深く傷つけてしまうことがあります。**誰でもいじめの加害者にも被害者にもなってしまう場合があることを覚えておいてください。そして自分の気持ちも、相手の気持ちもじっくり考えてみましょう。**

いじめやトラブルなどの相談 24時間対応
24時間子供 SOSダイヤル(青森県教育庁) **017-734-9188** または **0120-0-78310**

友達とのトークが夜遅くまで盛り上がり、眠れなかった経験はありませんか。本当は眠りたい、もしくは用事があるにも関わらず、友達に対して「眠いなんて言えない」「途中で抜けるのはまずいかも」と思い、トークを終わらせられないこともあるかもしれません。

インターネットの世界は楽しいコンテンツがいっぱい。夢中になりすぎると、時間が経つのも忘れ、やめるタイミングがつかめないこともあるでしょう。1日中スマホやゲームばかりの生活になり、食事、睡眠、勉強、家族との会話などの時間が減っていないか、自分の生活を振り返ってみましょう。

睡眠不足により、遅刻や居眠り、授業に集中できない、体調不良など、学校生活や健康に悪影響が出る。



特に、睡眠には「体や脳の成長を促す」「心や体の疲れを回復する」「免疫力や抵抗力を高める」など、重要な役割があります。

睡眠不足が続くと、気持ちが不安定になったり、体調を崩したりしてしまいます。

また、前頭葉機能の発達段階である小・中学生ではスマホ・ネット依存が脳機能の発達を妨げる可能性も指摘されています。

自分をコントロールできず「スマホが手放せない」状態になる。

「何をしてもメッセージが気になる」「歩行中も画面から目が離せない」など、日常生活に支障をきたすだけでなく、健康面にも悪影響が出ます。



対策1

家庭で話し合い、時間や利用のルールを決めましょう。

例えば

- ・夜9時以降(高校生は夜10時以降)は使わない
- ・スマホやネット、テレビ等の視聴は1日2時間以内(ゲームは1日30分以内)にする
- ・スマホやゲーム機をベッドや布団まで持ち込まない



対策2

友達とのトークを終わらせるのが難しいと思う人は、

例えば

- ・始めから「今日は●時まで」と決め、友達に勇気を出して伝える
- ・など工夫してみましょう。お互いの時間を尊重しあえる友人関係を目指してみませんか。



ゲーム課金のトラブル

オンラインゲームは、基本のプレイは無料でも途中で課金が発生することがあります。熱中して有料アイテムにどんどん課金し、高額な請求が届くトラブルが発生しています。

はまりすぎには要注意!

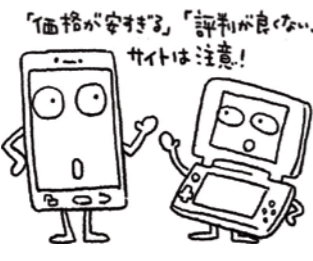
保護者の人と遊び方のルールを決めておきましょう。



ショッピングでのトラブル

「代金を振り込んだのに商品が届かない」「偽物が届いた」など、思わぬトラブルが発生することがあります。

本当に確かな買い物ができるか、ショップやサイトをじっくり調べて、保護者の人にも相談しましょう。



メールへの返信・サイト閲覧時のトラブル

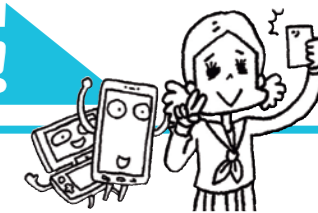
メールや、Webサイトは本当に安全でしょうか? 用心するのを忘れないでください。

フィッシング詐欺

偽の電子メールから偽のWebサイトに接続させたりするなどの方法で、重要な個人情報(クレジットカード番号、ID、パスワードなど)を盗み出す。

ワンクリック詐欺

Webサイトや電子メールに記載されたURLなどを一度クリックしただけで、一方的に、サービスへの入会などの契約成立を宣言され、多額の料金の支払いを求められるという詐欺。



写真や動画、投稿・送信する前にちょっと待って!

おもしろい動画や素敵な写真が撮れた時、「みんなにもシェアしたい!」という気持ちが高まることあるでしょう。「友達限定公開だから安心」「信頼しているから大丈夫」と安易に写真や動画を、SNSやメールへ投稿・送信するのは危険です。

内容をよく確認せず、インターネット上に、写真や動画を投稿・送信すると、以下のようなトラブルが起き、自分が傷つくだけでなく、他人も傷つけてしまう場合があります。一度インターネット上にあげられた写真や動画は、誰でもコピーできるため、投稿・送信した本人が削除しても、完全に消し去ることはできません。

投稿した写真の位置情報から、住所や学校が特定されてしまった。

以前の交際相手との写真などがネット上に残ってしまい、拡散されるなどの嫌がらせを受けた。

過去に投稿した写真や書き込みが残ってしまい、就職活動がうまくいかない。

投稿内容からネットいじめが発生する場合もある。



対策1

投稿・送信する前に「ちょっと待って!」本当に大丈夫か考える習慣をつけましょう。

対策3

送信する前に個人情報がわかる部分を確認し、「スタンプやぼかし機能を使ってわからないようにする」「その部分を削除する」などしましょう。

対策2

メッセージアプリやSNSの友達追加条件や公開範囲を設定して、情報を守りましょう。

対策4

そもそも、あとで困るような写真や動画の撮影はやめましょう。人に撮影を頼まれても断りましょう。

個人情報に関する書き込み、絶対にしない

知人・友人はもちろん、自分の個人情報に関する内容を SNS に書き込まないように気をつけましょう。

また、アプリやサービスの利用登録をする際も、よく調べずに個人情報を登録するのは危険です。



書き込みから家や学校などが特定され、トラブルや犯罪に巻き込まれる恐れがある。

ネットへの書き込みは誰が見ているかわかりません。情報発信者としての自覚と責任を持ち、法律やルールを守らなければなりません。他人の情報を掲載する場合は、事前に許可を取りましょう。

不正アプリと気づかずに個人情報を入力し、利用登録してしまうと、氏名や住所、年齢、性別、メールアドレスなどが無断で二次利用される危険性がある。

アプリについて、友人や保護者の意見を聞く、ネットで調べるなど安全性を確認しましょう。

SNSやネットでの出会い、気をつけよう!

SNSやネットで、共通の趣味の人や、同じ有名人やキャラクターのファンに会い、楽しい会話がはずむこともあるでしょう。

ネット上での会話だけでなく、相手に実際に会ってみたいと思う青少年も増えています。ネット上でとても気が合っても実際に良い人とは限りません。それがきっかけでトラブルや犯罪に巻き込まれることもあります。

SNSでは趣味が合う良い人だったのに、会う約束をして待ち合わせ場所に行くと、写真とはまったく違う男の人がいて、無理やり車に乗せられそうになった例もある。

SNSでの交流はウソやワナばかりではありませんが、危険が潜んでいることを忘れてはいけません。いくら気が合っても「個人を特定される情報は教えない」「実際に会うのは控え、ネットのみの交流に留める」など自分の安全を守る方法を考えてみましょう。

